

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
1	木	五〜七倍粥 じゃが芋とツナの牛乳煮 人参のスープ	ツナ粥 大根のくず煮	まぐろ缶, 牛乳, かつお節, こめ, じゃがいも, バター, 砂糖, 片栗粉, にんじん, だいこん, たまねぎ
2	金	五〜七倍粥 キャベツと玉葱のとろとろ煮 みそ汁	青菜粥 みかんのヨーグルト和え	かつお節, 豆腐, ヨーグルト, こめ, キャベツ, たまねぎ, ほうれん草, にんじん, みかん缶
7	水	五〜七倍粥 鶏ささみのあけぼの煮 みそ汁	野菜粥 鶏ささみのくず煮	鶏ささ身, かつお節, わかめ, こめ, じゃがいも, 片栗粉, 砂糖, にんじん, たまねぎ
8	木	五〜七倍粥 麩と人参のとろとろ煮 じゃが芋と玉葱のだし煮	あけぼの粥 鶏ひき肉とじゃが芋のだし煮	かつお節, 鶏ひき肉, こめ, 焼きふ, じゃがいも, 砂糖, 片栗粉, にんじん, たまねぎ
9	金	五〜七倍粥 鮭と青菜のスープ煮 バナナ	青菜粥 鮭とキャベツの炒め煮	さけ, こめ, 片栗粉, 植物油, ほうれん草, パナナ, にんじん, キャベツ
10	土	ミートソーススパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	鶏ひき肉, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油, トマト缶, たまねぎ, にんじん
12	月	五〜七倍粥 鶏ささみのケチャップ煮 みそ汁	鶏ささみ入り粥 きゅうりと人参の和え物	鶏ささ身, わかめ, かつお節, こめ, にんじん, はくさい, きゅうり
13	火	五〜七倍粥 豆腐とキャベツのスープ煮 さつま芋の甘煮	しらす粥 小松菜と人参のお浸し	豆腐, かつお節, しらす干し, こめ, さつまいも, 砂糖, キャベツ, こまつな, にんじん
14	水	五〜七倍粥 かじきの煮つけ みそ汁	青菜粥 じゃが芋と玉葱のだし煮	めかじき, かつお節, わかめ, こめ, 砂糖, じゃがいも, たまねぎ, ほうれん草, にんじん
15	木	パン粥 鶏ささみとキャベツのスープ煮 きゅうりとキャベツの刻み和え	鶏ささみ入り粥 キャベツと玉葱のとろとろ煮	牛乳, 鶏ささ身, かつお節, 食パン, こめ, キャベツ, きゅうり, たまねぎ
16	金	五〜七倍粥 鮭と青菜のスープ煮 ブロッコリーのおかか煮	トマトリゾット 鮭と野菜の炒め煮	さけ, かつお節, こめ, 片栗粉, バター, こまつな, ブロッコリー, トマト, たまねぎ, にんじん
17	土	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油, 砂糖, トマト缶, たまねぎ, にんじん
19	月	五〜七倍粥 青菜と納豆のだし煮 バナナ	あけぼの粥 青菜と玉葱の刻み煮	納豆, かつお節, こめ, 植物油, 片栗粉, ほうれん草, パナナ, にんじん, たまねぎ
20	火	五〜七倍粥 人参とピーマンの炒め煮 みそ汁	ツナ粥 人参のスープ	かつお節, 豆腐, まぐろ缶, こめ, 植物油, にんじん, ピーマン, たまねぎ
21	水	五〜七倍粥 鶏ひき肉とじゃが芋のだし煮 みそ汁	みそ風味おじや じゃが芋と青菜の煮物	鶏ひき肉, かつお節, こめ, じゃがいも, 砂糖, 片栗粉, はくさい, だいこん, こまつな
22	木	煮込みうどん バナナ	さつま粥 鶏ささみのおろし煮	鶏ささ身, かつお節, うどん, こめ, さつまいも, たまねぎ, パナナ, だいこん, にんじん
23	金	五〜七倍粥 かじきの野菜あんかけ 人参のスープ	野菜粥 きゅうりと人参の和え物	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, たまねぎ, にんじん, だいこん, きゅうり
24	土	焼きうどんの野菜あんかけ バナナ	ベビーフード	鶏ひき肉, かつお節, うどん, 植物油, 砂糖, 片栗粉, キャベツ, にんじん, ピーマン, パナナ
26	月	五〜七倍粥 白菜の白和え 人参と玉葱のとろとろ煮	あけぼの粥 豆腐と白菜のスープ煮	豆腐, かつお節, こめ, はくさい, にんじん, たまねぎ
27	火	五〜七倍粥 鶏ひき肉のくず煮 みそ汁	野菜粥 豆腐とトマトのスープ	鶏ひき肉, かつお節, 豆腐, こめ, 片栗粉, 砂糖, キャベツ, にんじん, トマト
28	水	五〜七倍粥 レタスと玉葱のスープ煮 バナナ	鮭入り粥 人参のスープ	さけ, こめ, レタス, たまねぎ, パナナ, にんじん
29	木	五〜七倍粥 ブロッコリーと人参のくず煮 みそ汁	野菜粥 豆腐とキャベツのスープ煮	かつお節, 豆腐, こめ, 片栗粉, ブロッコリー, にんじん, こまつな, たまねぎ, キャベツ
30	金	五〜七倍粥 かじきの煮つけ きゅうりとキャベツの刻み和え	ツナ粥 大根とほうれん草の味噌和え	めかじき, かつお節, まぐろ缶, こめ, 砂糖, きゅうり, キャベツ, だいこん, ほうれん草
31	土	冷麦のナポリタン風 プレーンヨーグルト	ベビーフード	ハム, チーズ, ヨーグルト, ひやむぎ, 植物油, 砂糖, トマト缶, たまねぎ

※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
※麦茶は、献立表には記載してありません。

★初めて食べる食材については、アレルギー症状の有無について
事前にご家庭で確認をしていただくようご協力をお願いします。